

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dalam kehidupan ini, menjadi pribadi yang berada pada titik kesuksesan merupakan suatu hal yang diinginkan oleh semua insan manusia. Banyak orang yang berusaha dengan keras untuk dapat mewujudkan apa yang mereka inginkan, mulai dari belajar dengan rajin, bekerja sehabis, berdo'a, dan ikhtiar. Melakukan berbagai hal itu memang tidak menjamin secara penuh untuk dapat membawa seseorang berada pada titik kesuksesan. Tetapi, ada aspek kepribadian yang sangat penting, dimana aspek itu akan mengkoordinasi sistem-sistem yang ada dan memberikan kepribadian dengan keseimbangan, kestabilan, serta kesatuan pada manusia. Aspek kepribadian itu adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri banyak mempengaruhi kesuksesan seseorang baik dalam belajar, pekerjaan, dan berbagai bidang kehidupan lainnya.

Thursan Hakim mengatakan bahwa, jika seseorang tidak memiliki rasa percaya diri yang cukup maka dia tidak mungkin mencapai kesuksesan dibidang apapun.<sup>1</sup> Dari sini dapat kita ketahui bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah maka akan kurang maksimal dalam mencapai sesuatu yang diharapkannya, sebaliknya seseorang yang memiliki rasa percaya diri tinggi maka akan berani dan mudah untuk mencapai apa yang diharapkannya.

Mahasiswa sangat menentukan kemajuan Indonesia di era yang akan datang, karena mereka memiliki kelebihan dan potensi yang dapat memberikan kontribusi

---

<sup>1</sup> Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta : Puspa Swara, 2002), 79.

terhadap kondisi bangsa yang terus berubah. Mahasiswa sebagai *iron stock*, yakni generasi penerus bangsa sudah seharusnya berani menghadapi kondisi apapun yang akan terjadi kedepannya dengan penuh percaya diri, karena dengan rasa percaya diri maka akan membawa seseorang pada pandangan yang positif, dengan rasa percaya diri kesan baik kepada sesama dapat ditimbulkan.<sup>2</sup>

Mahasiswa yang dimaksud ialah mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan pada Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. Dilihat dari jurusannya, tentu kita mengetahui bahwa mereka mempelajari ilmu tasawuf. Dengan demikian, sangat diharapkan kepada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi dapat mengaplikasikan ilmu serta nilai-nilai dalam tasawuf. Bahkan mereka juga harus memahami dirinya sendiri agar bisa mengenal Tuhannya. Sebagaimana hadis Rasulullah Saw:

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ  
Artinya: “Barangsiapa mengenal dirinya maka dia akan mengenal Tuhannya”.<sup>3</sup>

Hadis tersebut dapat menegaskan kepada mahasiswa bahwa sudah seharusnya mereka dapat mengenal dirinya sendiri agar mengenal Tuhannya. Karena dengan mengenal Tuhan dalam dirinya mereka akan sadar dan mengerti sesungguhnya segala yang ada pada dirinya itu adalah milik Allah Swt. Seperti, jika mereka diberi kekurangan atau kelebihan pada akal dan juga fisiknya, mereka selalu mengembalikan bahwa itu semua adalah dari Allah Swt. Sehingga jika mereka mengalami kekurangan fisik (cacat), keterbatasan ide, berbuat suatu kesalahan,

---

<sup>2</sup> Sumantri Mertodipuro, *Cita-cita Saudara Akan Berhasil*, cet ke-5, (Jakarta: Gunung Jati, 1982), 109.

<sup>3</sup> M. Solihin dan Rosihon Anwar, *Ilmu Tasawuf*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), 26

mereka tidak minder melainkan terus percaya diri menghadapi kondisi yang ada, karena mereka sadar bahwa Allah Swt selalu bersamanya. Dengan keadaan seperti itu, tentu mahasiswa akan terus berpikir positif dan tidak menyalahkan diri sendiri.

Tetapi, kenyataan yang ada sebagian dari mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi ini kurang menumbuhkan rasa percaya diri yang ada pada dirinya, yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti pesimis, takut berbuat salah, takut di olok-olok orang lain, dan lain sebagainya. Hal ini terlihat dari berbagai aktivitas yang mereka lakukan, baik diluar maupun dalam kampus. Seperti ketika presentasi atau menjadi narasumber mereka grogi, ketika disuruh sambutan dadakan dalam suatu acara mereka grogi, ketika ujian mereka grogi. Padahal sangat penting meningkatkan rasa percaya diri yang ada pada dirinya. Karena dengan percaya diri itu dapat mengantarkan mahasiswa menuju titik kesuksesan. Menyikapi fenomena tersebut, sangat perlu sebuah cara untuk membangkitkan kesadaran diri pada mahasiswa berupa koreksi diri atas perbuatan yang telah dilakukan agar sebagai mahasiswa lebih berani tampil dengan penuh percaya diri.

Merujuk pada tasawuf, koreksi diri ini dapat dikenal dengan istilah muhasabah. Muhasabah merupakan suatu bentuk evaluasi diri yang berupa merinci atas segala apa yang telah diperbuat dimasa lalu dan yang akan datang.<sup>4</sup> Muhasabah dapat memberi pengaruh terhadap peningkatan rasa percaya diri pada mahasiswa. Semakin sering mahasiswa melakukan muhasabah maka rasa percaya diri yang ada pada dirinya akan meningkat. Dengan banyak melakukan muhasabah seseorang akan

---

<sup>4</sup> Imam al-Ghazali, *Taman-taman Kebenaran-Sebuah Destinasi Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan*, cet ke-1, (Jakarta Selatan: Turos Pustaka, 2016), 233.

memahami bahwa dia diciptakan bukan untuk sesuatu yang sia-sia, melainkan kembali kepada Allah dengan tanggung jawab.<sup>5</sup>

Berangkat dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan mengangkat judul “**Pengaruh Muhasabah Terhadap Peningkatan Rasa Percaya Diri** (*Studi Kuantitatif Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2016 di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung*)”.

#### **B. Rumusan Masalah**

Berangkat dari latar belakang di atas, maka peneliti dapat merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran muhasabah pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016?
2. Sejauhmana pengaruh muhasabah terhadap peningkatan rasa percaya diri pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016?

#### **C. Tujuan**

Adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Agar dapat mengetahui gambaran muhasabah pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016
2. Agar dapat mengetahui pengaruh muhasabah terhadap peningkatan rasa percaya diri pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016.

---

<sup>5</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf*, cet. Ke-5 (Jakarta: Qisthi Press, 2017), 200.

#### **D. Kegunaan**

Adapun kegunaan dari penelitian ini adalah:

##### **1. Akademik (Teoritis)**

- a. Memberikan sumbangan berupa ilmu pengetahuan terutama dalam bidang tasawuf dan psikoterapi berkaitan dengan muhasabah.
- b. Menambah wawasan dan sumbangan pemikiran bagi mahasiswa mengenai muhasabah sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri pada mahasiswa.

##### **2. Praktis**

Secara praktis penelitian ini sebagai bahan pengetahuan untuk meningkatkan rasa percaya diri yang diawali dengan muhasabah.

#### **E. Tinjauan Pustaka**

Tinjauan pustaka dalam sebuah penelitian merupakan rujukan peneliti untuk dapat menyampaikan informasi tentang suatu karya tulis ilmiah yang ada kaitannya dengan judul skripsi yang diteliti. Dengan demikian, maka peneliti akan menelaah karya ilmiah yang memiliki relevansi dengan skripsi yang akan dibahas, yakni:

1. Siti Shahilatul Arasy (10532012) dengan judul *“Urgensi Muhasabah (Introspeksi Diri) Di Era Kontemporer”*. Mahasiswa Jurusan Ilmu Alquran dan Tafsir fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memaparkan bahwa muhasabah ialah karakter orang cerdas, yakni orang-orang yang mempersiapkan diri, mengoreksi diri

semasa di dunia sebelum kelak diadili oleh Allah Swt. Pencapaian ini tidak cukup hanya dengan melakukan auto kritik saja, tetapi juga diperlukan adanya kesadaran *futuristic*, yaitu memiliki visi serta misi yang jelas untuk masa depan dan mengaplikasikan visi-misi dengan tindakan nyata.<sup>6</sup>

2. Alfiya Laila Afiyatin (1141040162) dengan judul “*Muhasabah Sebagai Metode Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar (Study Deskriptif Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2015 Di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung)*”. Mahasiswi Jurusan Tasawuf Psikoterapi Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati ini memaparkan bahwa mahasiswa yang menerapkan ajaran tasawuf yakni muhasabah diyakini dapat meningkatkan motivasi belajar. Dalam artian bahwa muhasabah berperan sebagai salah satu faktor internal dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.<sup>7</sup>
3. Mustofa Rifki (03160015), “*Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Siswa di SMA Islam Al-Maarif Singosari Malang*”. Mahasiswa Tarbiyah Universitas Islam Negeri Malang Jurusan Ilmu Pendidikan Sosial menjelaskan bahwa faktor yang paling mempengaruhi prestasi belajar ialah rasa percaya diri, hal ini mencakup sikap cinta diri, pemahaman tentang diri, memiliki tujuan positif, pemikiran positif dan berkomunikasi secara baik. Sikap tersebut dapat mempengaruhi prestasi

---

<sup>6</sup> Siti Shahilatul Arasy, *Urgensi Muhasabah (Introspeksi Diri) Di Era Kontemporer* (Studi Ma'anil Hadis), (UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2014), 96.

<sup>7</sup> Alfiya Laila Afiyatin, *Muhasabah Sebagai Metode Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar* (Study Deskriptif Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2015 Di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung), (UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2018), 102.

belajar siswa SMA. Mustofa Rifki juga memaparkan bahwa kepercayaan diri memang memberi pengaruh terhadap prestasi belajar pada siswa SMA, artinya semakin tinggi rasa percaya diri yang dimiliki siswa SMA maka semakin tinggi pula prestasi belajarnya, sebaliknya siswa yang memiliki rasa percaya diri yang rendah maka semakin rendah pula prestasi belajarnya.<sup>8</sup>

4. Jeane Betty Kurnia Yusuf dengan judul *“Hubungan Antara Percaya Diri dan Kerja Keras dalam Olahraga dan Keterampilan Hidup”*. Mahasiswa pada Universitas Negeri Yogyakarta ini menjelaskan bahwa olahraga menuntut seseorang untuk memiliki karakter percaya diri serta kerja keras supaya dapat meraih prestasi yang diinginkan dengan baik. Selain dituntut memiliki keahlian (*skills*), prestasi dalam olahraga juga harus dibumbui dengan karakter yang positif, yakni percaya diri serta kerja keras.<sup>9</sup>
5. Niko Dimas Saputro dan Mifahun Ni'mah Suseno dengan judul *“Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Employability Pada Mahasiswa”*. Dua mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta ini memaparkan bahwa adanya hubungan erat atau penting antara kepercayaan diri dan *employability*, hal ini dapat diartikan bahwa jika mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka *employability*-nya

---

<sup>8</sup> Mustofa Rifki, *Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Siswa di SMA Islam Al-Maarif Singosari Malang* (UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2008), 78.

<sup>9</sup> Jeane Betty Kurnia Yusuf, *Hubungan Antara Percaya Diri dan Kerja Keras dalam Olahraga dan Keterampilan Hidup*, Jurnal Olahraga Prestasi, Vol. 12 No. 1, (2016), 95-96.



akan naik, begitu sebaliknya jika kepercayaan diri itu rendah maka secara otomatis *employability* mahasiswa mengalami penurunan. Dengan adanya kepercayaan diri yang ditanamkan dalam diri mahasiswa maka akan membantu dalam mengekspresikan dan mengimplementasikan kemampuannya untuk menghadapi dunia kerja dimasa yang akan datang.<sup>10</sup>

Tinjauan pustaka di atas merupakan salah satu rujukan untuk menggali wawasan dan informasi terkait judul skripsi yang diteliti. Meskipun ada kaitannya dengan judul skripsi yang penulis teliti, tinjauan pustaka di atas memiliki objek, subjek, variabel dan lokasi penelitian yang tidak sama. Dengan demikian peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul pengaruh muhasabah terhadap peningkatan rasa percaya diri (Studi Kuantitatif Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2016 di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung)

#### **F. Kerangka Pemikiran**

Berbicara tentang muhasabah berarti membicarakan tema tentang bagaimana manusia melakukan evaluasi dan meneliti diri. Hal ini dilakukan karena setiap manusia terus bergerak melakukan berbagai macam aktivitas di setiap harinya, terlepas dari aktivitas positif (baik) ataupun negatif (tidak baik). Oleh karena itu, bermuhasabah harus dilakukan secara *continue* (terus-menerus). Sebagaimana Imam Al-Ghazali dalam bukunya *Ihya Ulumuddin* mengatakan bahwa, muhasabah ialah

---

<sup>10</sup> Niko Dimas Saputro dan Mifahun Ni'mah Suseno, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Employability Pada Mahasiswa*, Jurnal Psikologi, Vol. 2 No. 1, (2009), 6.



upaya untuk menghitung diri, evaluasi, atau introspeksi diri.<sup>11</sup> Sebagaimana firman Allah Swt QS. Al-Hasyr: 18:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (١٨) وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسُهُمْ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ (١٩)

Artinya: “*Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah Swt dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah Swt, Sesungguhnya Allah Swt Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan. Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah Swt, lalu Allah Swt menjadikan mereka lupa kepada mereka sendiri. Mereka Itulah orang-orang yang fasik*”. (QS. Al-Hasyr : 18-19)<sup>12</sup>

Ayat di atas memberikan informasi kepada setiap individu agar selalu melakukan muhasabah di setiap tindakan yang dilakukan pada setiap harinya, karena dengan melakukan muhasabah secara terus menerus maka individu akan mengetahui apa yang menjadi kekurangan dan kelebihanannya, dengan begitu akan hadir dalam dirinya rasa ingin berkembang dan lebih percaya diri lagi dikemudian harinya. Di tinjau dari segi psikologi, muhasabah dikenal dengan istilah introspeksi. Introspeksi yakni suatu proses mental untuk mengungkapkan pikiran dan mengamati diri kita sendiri dengan tujuan tertentu yang didasarkan pada perasaan dan pikiran.<sup>13</sup>

Percaya diri merupakan suatu aspek kepribadian yang dimiliki oleh setiap orang. Karena pada dasarnya, semua orang memiliki rasa percaya diri. Namun,

---

<sup>11</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, terj. Purwanto, Cet-1, (Bandung: Marja, 2016), 443.

<sup>12</sup> *Alquran dan Terjemah Al-Kaffah – 12 Keunggulan Shahih, Mudah dan Praktis*, (Bekasi: Sukses Mandiri, 2012), 549

<sup>13</sup> Frank C. Keil, Robert Andrew Wilson, *The MT Encyclopedia of the Cognitive Sciences*,

tidak bisa dipungkiri bahwasannya tidak semua orang mempunyai rasa percaya diri. Bahkan sebagian orang bisa mengalami penurunan serta kenaikan rasa percaya diri tersebut.

Sementara itu, Abraham Maslow mengatakan bahwa percaya diri merupakan hal mendasar dalam mengaktualisasikan diri, seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan mampu dalam memahami dirinya sendiri. Begitu pula sebaliknya, apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya diri atau pesimis terhadap diri sendiri maka akan menghambat proses pengaktualisasian dirinya sendiri. Oleh karena itu, seseorang yang dalam dirinya tidak tertanam sikap percaya diri yang kuat, maka ia akan pesimis dalam menghadapi setiap persoalan hidup yang hadir dalam dirinya sendiri. Apabila ia seorang pelajar (mahasiswa), maka ia akan ketakutan dalam menyampaikan gagasan-gagasan yang dimilikinya dalam forum debat atau berdiskusi. Lebih jauh lagi ia akan sulit menentukan pilihan dalam kehidupannya serta sering kali membuat perbandingan antara dirinya dengan orang yang ada di sekitarnya. Dari sini, dapat diketahui bahwa percaya diri merupakan hal yang paling mendasar dalam kehidupan setiap individu, karena hal ini menyangkut dengan individu itu sendiri, berawal dari rasa percaya diri maka setiap individu akan mengetahui dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat memanfaatkan kemampuan tersebut dengan baik dan benar.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> Kartono Kartini, *Psikologi Anak*, (Jakarta: Alumni, 2000), 202.

Rasa percaya diri tidak akan muncul dengan sendirinya tanpa ada proses terlebih dahulu. Pada umumnya, kepercayaan diri yang kuat akan terbentuk dalam diri setiap orang apabila melalui empat tahapan, sebagai berikut:

1. Terbentuk kepribadian yang baik sesuai dengan perkembangan yang akan menghasilkan berbagai kelebihan.
2. Pemahaman setiap orang mengenai segala bentuk kelebihan yang dimiliki dan menghasilkan keyakinan untuk melakukan sesuatu menggunakan kelebihan yang dimilikinya.
3. Reaksi positif setiap orang dalam melihat kelemahannya agar supaya tidak menghadirkan sikap rendah diri dan minder dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.
4. Pengalaman dalam menjalani setiap aspek kehidupan menggunakan segala kelebihan yang terdapat di dalam dirinya.<sup>15</sup>

Individu yang memiliki kadar kepercayaan diri tinggi akan lebih mudah dalam menyesuaikan diri, bersikap toleransi, tidak dipengaruhi oleh faktor eksternal dan mampu menentukan ke arah mana ia akan berjalan dalam kehidupannya. Dengan memiliki kadar percaya diri semacam ini cenderung lebih tenang, tidak panik, dan mampu menampilkan segala sesuatu dengan penuh rasa percaya diri.<sup>16</sup>

Lauster (1992) mengatakan bahwa, terdapat beberapa aspek atau komponen kepercayaan diri yang baik sebagai berikut:

---

<sup>15</sup> Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta : Purwa Swara, 2002), 6.

<sup>16</sup> Ghufroon, Nur, Risnawati, dan Rini, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta : Ar-Ruzz Media, 2011), 35.

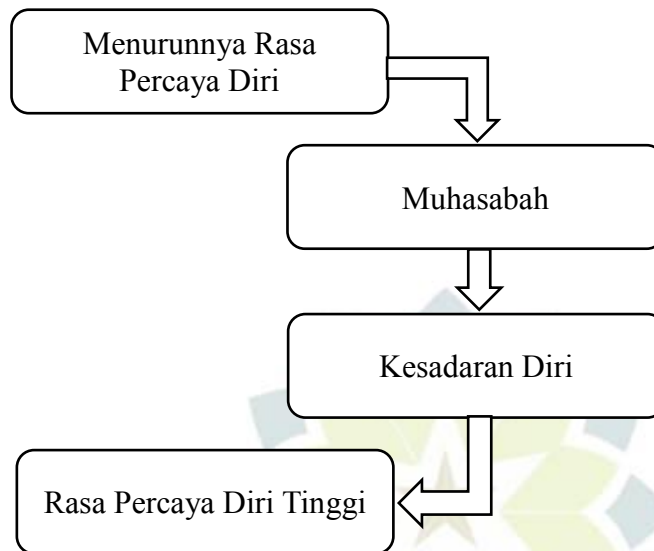
1. Meyakini akan adanya kemampuan dalam diri sendiri merupakan sikap yang positif terhadap dirinya sendiri.
2. Optimis ditandai dengan adanya sikap positif yang dimiliki oleh masing-masing individu yang mempunyai pandangan bahwa, setiap persoalan yang ada dalam kehidupan harus dihadapinya.
3. Objektif artinya seseorang melihat keadaan yang sebenarnya tanpa dipengaruhi oleh pendapat atau pandangan pribadi.
4. Tanggungjawab artinya seseorang bersedia menerima konsekuensi dari permasalahan apa yang telah perbuatnya.
5. Rasional serta realistis dalam menganalisa suatu permasalahan menggunakan cara berpikir yang bisa diterima oleh akal serta sesuai dengan kenyataan yang ada.

Korelasi atau pengaruh dari muhasabah sendiri adalah apabila individu melakukan muhasabah, maka pintu kesadaran seseorang akan terbuka untuk dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan pada dirinya, sehingga nantinya akan menumbuhkan rasa percaya diri dalam dirinya. Kepercayaan diri yang baik akan melahirkan rasa toleransi yang sangat tinggi, keyakinan yang tinggi, tidak mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, yakin akan kemampuan diri, optimis, serta bertanggung jawab atas apa yang telah diperbuatnya.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Lauster Peter, *Tes Kepribadian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), 14.

### Bagan Kerangka Pemikiran



#### G. Definisi Konseptual dan Operasional

##### 1. Muhasabah

Muhasabah berarti koreksi diri, dalam artian mengintropeksi tentang segala sesuatu yang telah kita lakukan di masa lalu dan yang akan kita lakukan di masa yang akan datang. Muhasabah dapat mempengaruhi peningkatan rasa percaya diri bisa diketahui melalui teknik angket yang telah diisi oleh responden.

##### 2. Percaya Diri

Percaya diri merupakan kondisi dimana seseorang merasa percaya atas segala kemampuan yang ada pada dirinya sehingga dapat membuat seseorang merasa tenang, bahagia, dan selalu berpikir positif. Orang yang rasa percaya dirinya meningkat tentu akan berpengaruh pada pikiran, perasaan, dan juga

perilaku. Percaya diri terbentuk karena pengaruh dari muhasabah dapat diketahui melalui teknik angket yang telah diisi oleh responden.

#### **H. Hipotesa Penelitian**

Hipotesis yakni suatu jawaban yang belum diuji kebenarannya dan bersifat sementara, sehingga dapat terbukti melalui data yang sudah terkumpul.<sup>18</sup>

Hipotesis akan diuji di dalam penelitian dengan pengertian bahwa uji statistik selanjutnya yang akan membenarkan atau menolaknya. Untuk menguji kebenaran penelitian maka diajukan hipotesa sebagai berikut :

$H_0$  :Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara muhasabah dengan peningkatan rasa percaya diri pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016

$H_1$  :Terdapat hubungan yang signifikan antara muhasabah dengan peningkatan rasa percaya diri pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016

Oleh karena itu, maka hipotesis yang didapat dalam penelitian ini adalah:

1. Jika mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016 melakukan muhasabah, maka rasa percaya diri mahasiswa akan meningkat
2. Jika mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016 tidak melakukan muhasabah, maka rasa percaya diri mahasiswa tidak akan meningkat

---

<sup>18</sup> Arikunto & Suharsimi, *Prosedur Penelitian* (Jakarta : Rineka Cipta, 2002), 45.

## **I. Sistematika Kepenulisan**

- Bab pertama: Bab ini membahas tentang pendahuluan yang mencakup latar belakang masalah dan berisi tentang alasan pengambilan tema penelitian, rumusan masalah yang akan dicari jawabannya, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka penelitian, hipotesa penelitian, dan sistematika kepenulisan.
- Bab kedua: Bab ini membahas tentang landasan teori yang didalamnya mencakup uraian atau penjelasan teoritis tentang muhasabah dan percaya diri.
- Bab ketiga: Bab ini membahas tentang metode penelitian, di dalamnya berisi tentang lokasi dan waktu penelitian, jenis penelitian, sumber data, jenis data, populasi, sampel, teknik pengumpulan data, analisa data dan instrumen penelitian.
- Bab keempat: Bab ini berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan. Didalamnya yakni mencakup pembahasan tentang gambaran muhasabah pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016 dan sejauhmana pengaruh muhasabah terhadap peningkatan rasa percaya diri pada mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi angkatan 2016.
- Bab kelima: Bab ini membahas tentang penutup yang berisi kesimpulan dan saran.